الإسعافات الأولية

تعريف الإسعافات الأولية

- الإسعافات الأولية هي أول مساعدة أو معالجة تقدم للمصاب بأي إصابة أو مرض مفاجئ قبل وصول سيارة الإسعاف أو أحد أعضاء القسم الطبي .

أهداف الإسعافات الأولية

- 1) الحفاظ على حياة المصاب حتى يتم نقلة إلى المستشفى .
- 2) منع حدوث أي مضاعفات .
- 3) تخفيف ألام المصاب .

حقيبة الإسعافات الأولية

يجب أن تكون حقيبـــة الإسعافات الأولية فـي مكان يسهل الوصول إليه ومجهزه بشكل جيد وهي من الأشياء الضرورية في كل بيت وفي كل سيارة حيث إنها ستساعدك في أن تعالج الحالات الطارئة

ويجب أن تحتــوي الحقيبة على الأدوات التالية :

- رباط لاصق بأحجام مختلفة (صغير، وسط، وكبير)
- شاش بأحجام مختلفة + شريط طبي لاصق + رباط "ضاغط" لمعالجة انثناء الكاحل والمعصم.
- مرهم مضاد حيوي للحفاظ على الجروح والخدوش والحروق من الإصابة بالعدوى
- فوط مطهرة
- ملقاط لإزالة الشظايا
- مسكنات للألم والصداع .
- قفازات مطاطية للاستخدام مرة واحدة
- كمادات باردة + مقياس حرارة
- دليل الإسعافات الأولية
- أرقام هواتف الطوارئ

الإغـمـــــاء

- الألـم - توجد عوامل عديدة تسبب الإغماء منها : الصــدمات النفسية أمراض القلب - الجفاف - مجهود زائد عن الحد - تغير مفاجئ في وضع الجسم (مثل ترك الفراش فجأة عند الاستيقاظ) - الحمل.

* تقييم الإغمـاء :

- تقييم ما إذا كانت توجد علامات وأعراض للصدمة.
- التأكد من عدم تعرض المريض لأية إصابات أثناء سقوطه.

* بروتوكول الإسعافات الأولية للإغماء :

- ينام المريض مسترخياً مع التحرر من الملابس الضيقة.
- رفع القدم لأعلى من 25 - 70 سم إن أمكن.
- في حالة القيء ، ينبغي أن ينام المريض على جانبيه.
- لا يعطى أي شيء سواء للأكل أو الشرب.

يجب اللجوء للطبيب فوراً عند تعرض المريض للإصابات أثناء سقوطه في الإغماء أو إذا كان المريض فوق سن الأربعين ويعاني من عدم انتظام في ضربات القلب وعدم انتظام العلامات الحيوية.

الصدمة

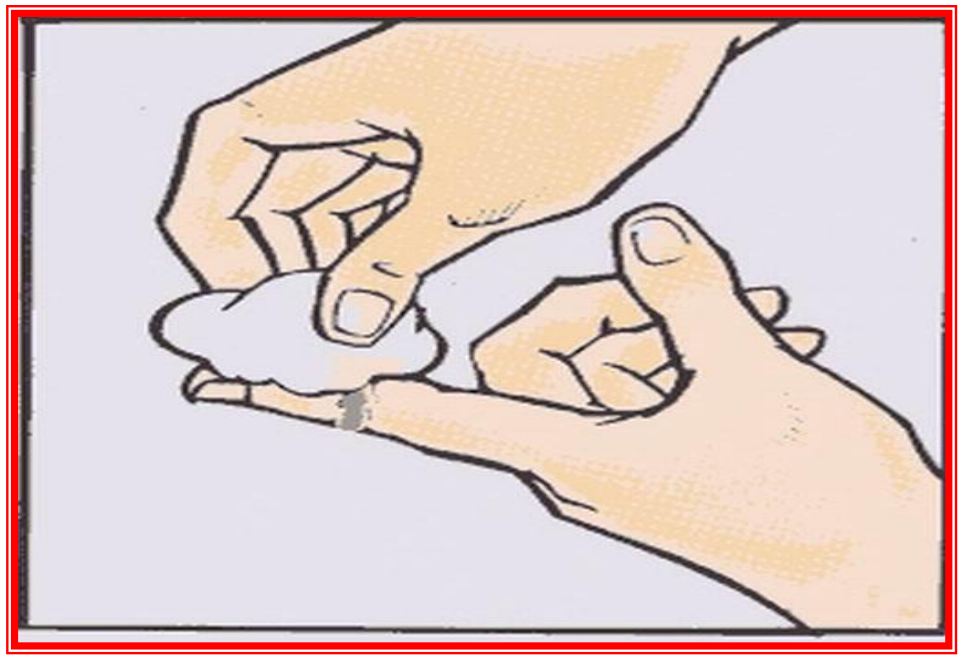
تعريف: هي الصورة السريرية لنقص التروية الدموية للأعضاء الحيوية للجسم، أو انخفاض قدرة خلايا هذه الأعضاء عن استعمال الأوكسجين الوارد إليها.

تصنيف الصدمة

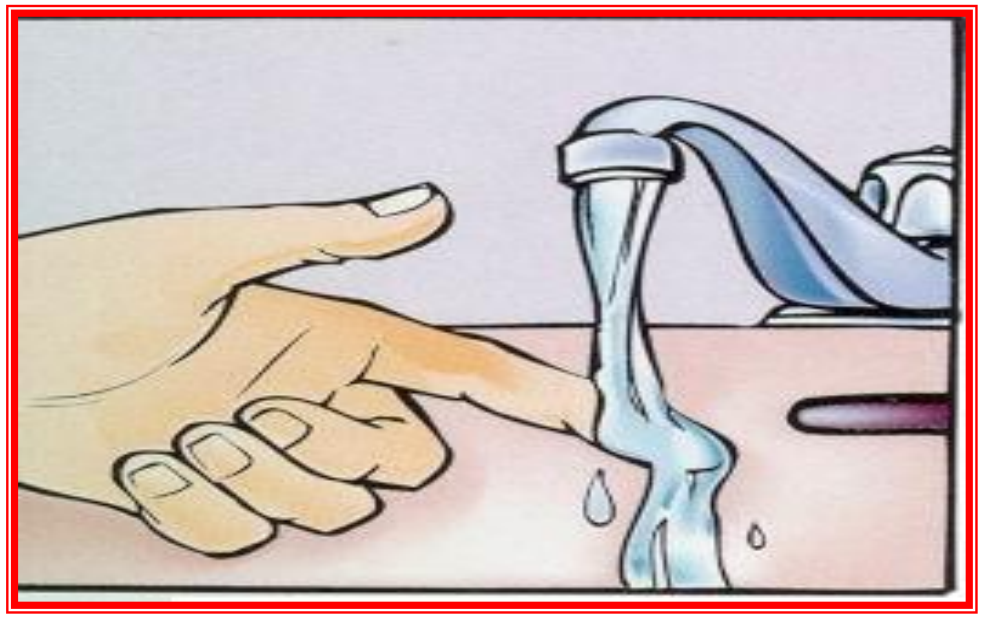
- الصدمة الناتجة عن نقص حجم الدم (Hypovolemia) بسبب الحروق، النزيف، أو حالات الجفاف
- الصدمة القلبية (Cardiogenic Shock) كتلك الناتجة عن الذبحة القلبية (MI)
- الصدمة التحسسية (Anaphylactic Shock)
- الصدمة الناتجة عن تسمم الدم (Septicemia)

الإسعافات الأولية للجروح

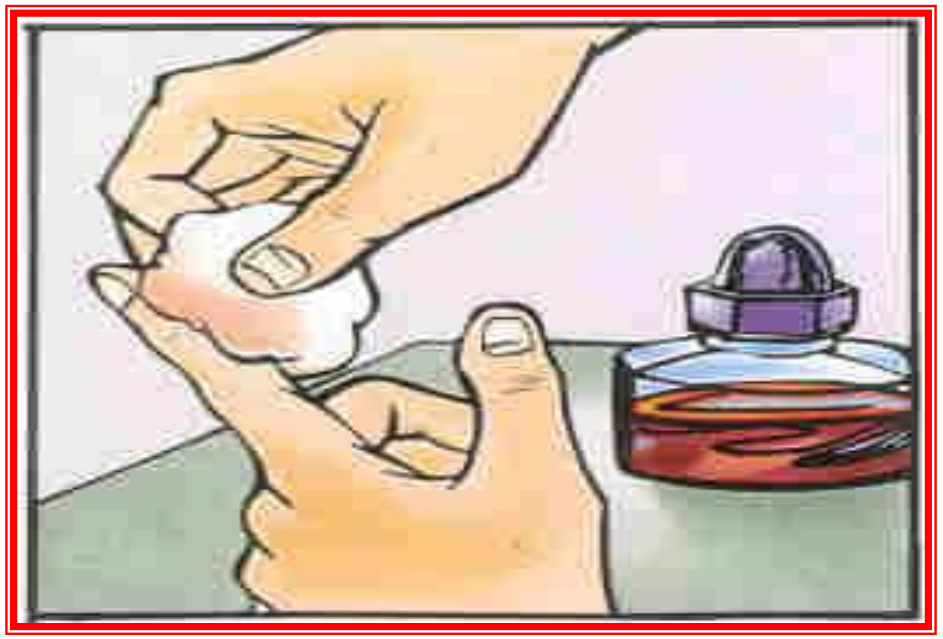
إسعاف الجروح السطحية :



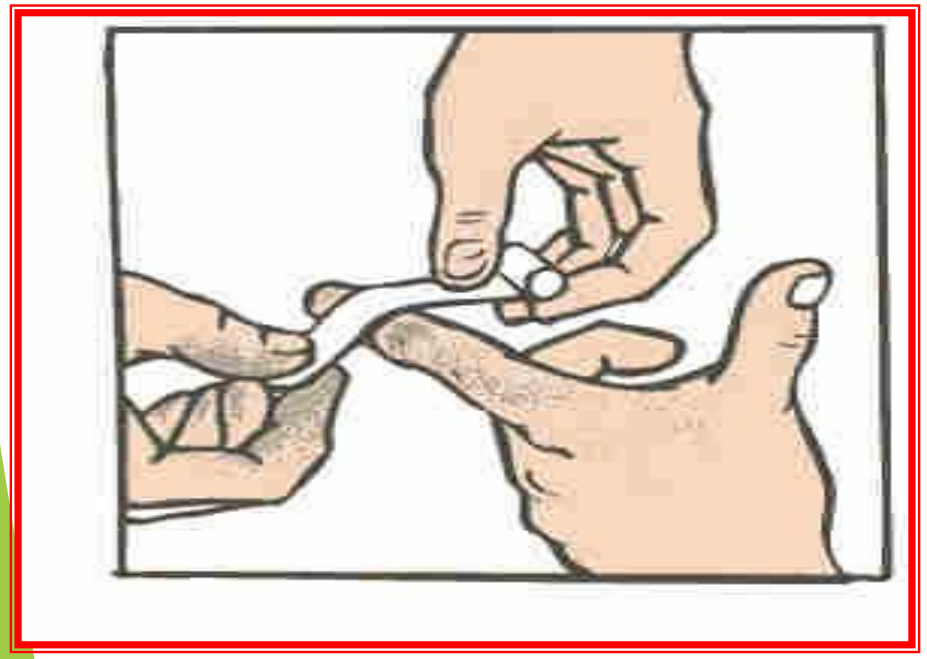
1 – نظف الجرح بقطعة من القطن أو الشاش المعقم .



2 – اغسل الجـرح بالمـاء الجاري، لفترة لا تقل عن دقيقة واحدة .

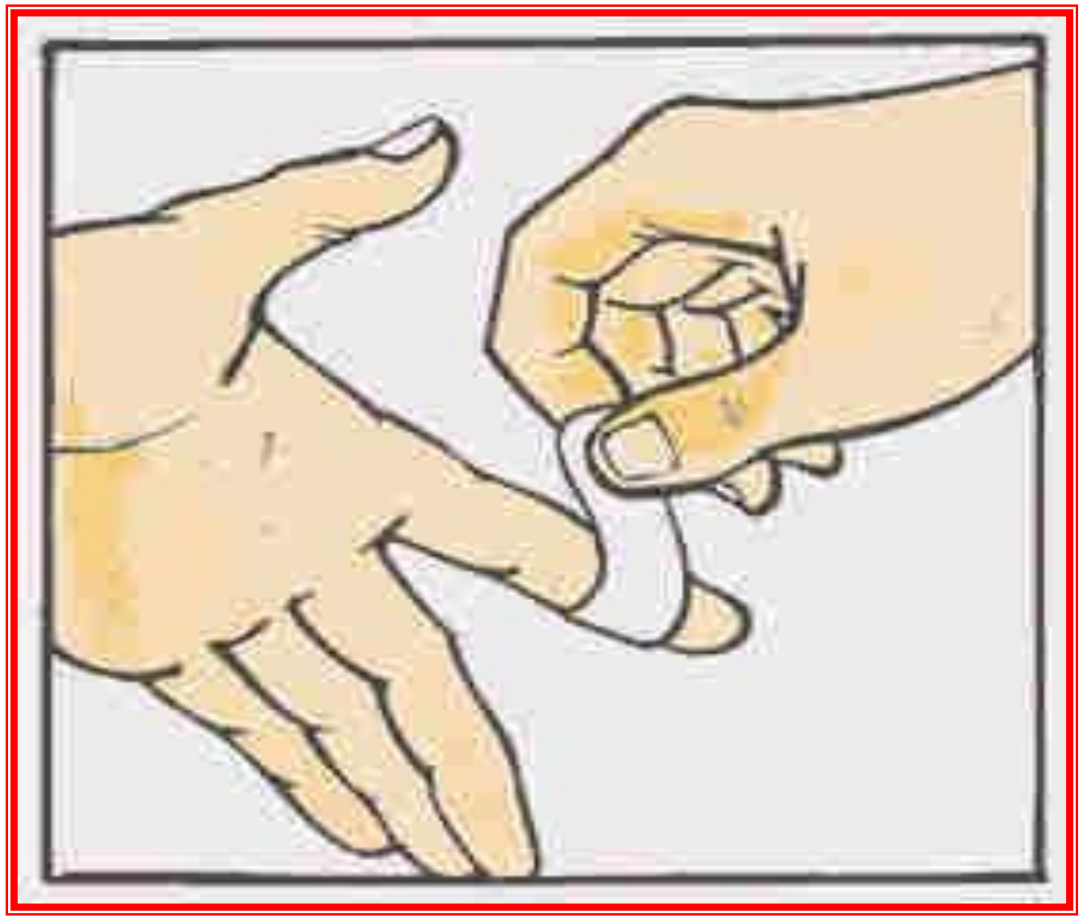


3 – ضع مادة مطهرة على الجرح مثل البيتادين، واستخدم القطن الماص والمعقم .



4 – ضع على الجــرح قطعــة مــن الشاش المعقم تتناسب وحجم الجرح .

5 – استخدم اللاصق الطبي ، واربطه حول الجرح .

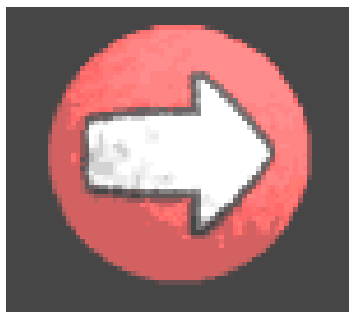


إسعاف الجروح العميقة :

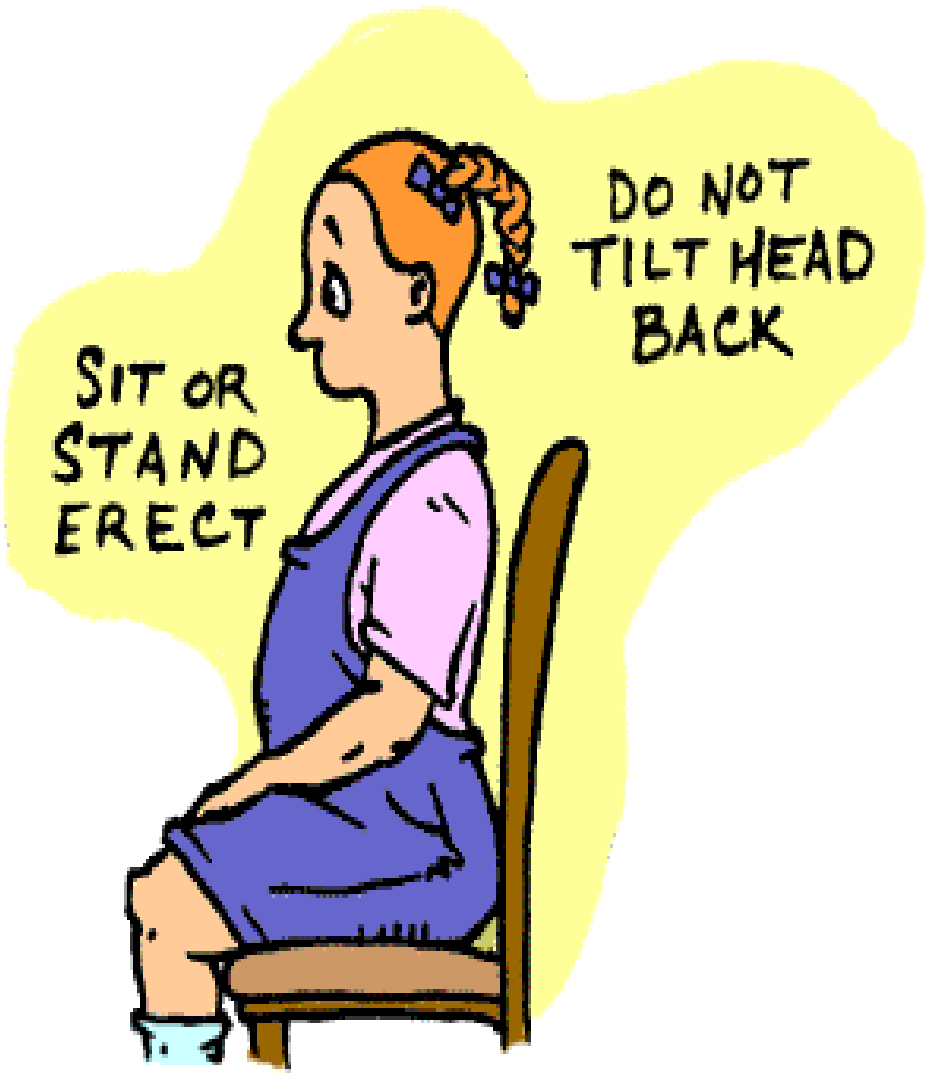
1 – ارفع العضو المصاب لأعلى من مستـــوى القلب ثم اضغط بواسطة قطعة من الشاش المعقم واستمر بالضغـــط دون توقف أو تحـــريك موضع الجرح حتى تتشكل الخثرة الدموية (حوالي 10 دقائق) التي توقف النزيف .

2 – ضع قـطعة من الشاش المعـقم بمقدار الجـرح ، وثبتها على موضع الجرح .

5 – لف الجرح بواسطة رباط معقم ، وتأكد من عدم ضغطه على الجرح (لا تقطع الدورة الدموية بالكامل).



6 – انقل المصاب إلى أقرب وحدة صحية لتلقي العلاج الكامل.(1)



إسعاف النزيف الأنفى :

1 – يوضع المصاب بشكل يكون فيه مسترخياً ورأسه منحنياً للامام قليلا ويطلب منه التنفـس عن طريـق الفـم (الطريقة الحديثة ، تقضي بإبقاء الرأس مائل للأمام ، لأن إمالة الرأس للخلف تؤدي إلى تدفق الدم إلى الحلق ، وبالتالي إلى حدوث القيء أو الاختناق) .

2 – اضغط على أعلى فتحتيّ الأنف مباشرة فوق العظمتين لبضع دقائق .

3 – ضــع قطع من الثلج على جانبى أنف المصاب أو صب على رأسه وأنفه ماءً بارداً .

4 – عندما يتوقف النزيف ، يطلب من المصاب عدم إجهاد نفسه ، وأن لا يتمخط لمدة أربع ساعات .

نزف اللسان

المعالجة الإسعافية

1. اطلب إلى المصاب ان يجلس ورأسه منحن إلى الجانب المتضرر.
2. أوقف النزف، ضع ضمادا نظيفا فوق الجرح واضغط على الجرح.
3. اطلب إليه ان يبصق الدم من فمه لأن الدم المبتلع يسبب القيء.
4. إذا استمر النزف من 10-20 دقيقه أو اذا كان الجرح عميقا انقل المصاب إلى المستشفى
5. لا تغسل الفم لأن الغسل من شانه ان يمنع وقف النزف.

نزف الاسنان

1. اطلب من المصاب أن يجلس مائلا برأسه باتجاه المكان المتضرر.
2. ضع ضمادا سميكا أو شاشه أو قماشا نظيفا فوق التجويف.
3. اطلب إلى المصاب ان يمسك الضماد بأصابعه وأن يعض عليه لمدة 10 - 20 دقيقه.
4. اطلب إليه ان يبصق أي دم يتجمع في الفم مبقيا الضماد في مكانه.

5. انزع الضماد بعد 10 -20 دقيقه بلطف وتأن لمنع النزف وافحص التجويف.
6. لا تغسل الفم لأن الغسل يسبب نزفا جديدا. الابتعاد عن السوائل الحارة.
7. إذا استمر النزف أو عاد بعد دقيقة اطلب مساعده طبية.
8. اذا فقد المصاب سنا أو ضرسا وجدته ضعه في وعاء نظيف وأرسله مع المصاب إلى المستشفى.

الكسـور

Radiograph of fracture at reduction

Radiograph of fracture at 12 weeks

العظام: هي أنسجة قوية قاسية قابلة للكسر كالزجاج. يحدث الكسر عند تعرضها لأي قوة خارجية كالضرب، أو الاصطدام، أو السقوط من ارتفاع أو من حوادث السيارات وغيرها.

أنواع الكسور

- **الكسر البسيط:** هو الذي يبقى فيه الجلد سليما دون قطع ولا ينزل من مكان الإِصابة دم. (كسور مقفلة).

- **الكسر المضاعف:**هو الكسر المصحوب بتمزق الجلد والأنسجة المحيطة به وبروز العظم المكسور من الجلد، وهذا النوع مؤلم وخطر لأن بإصابة الجلد يسهل دخول الجراثيم وغيرها في الجرح، فإذا وصلت إلى نخاع العظم يلتهب التجويف لذلك العظم وقد يضطر الطبيب في هذه الحالة إلى بتر العضو المصاب. (كسور مفتوحة)

طرق معرفة وجود كسر بالعظام

- وجود ألم شديد في مكان الإِصابة يشعر به المريض.
- وجود حركة غير عادية في مكان الكسور.
- عدم قدرة المصاب على استعمال العضو المكسور.
- ظهور ورم حول نقطة الألم.
- وجود خشخشة عند تحريك جزأي العظم المكسور.
- تشوه العضو المصاب.

بروتوكول الإسعافات الأولية للكسور والكدمات :

1. لابد من عدم تحريك الجزء المصاب.
2. لا يعطى للمصاب أي شيء عن طريق الفم.
3. لابد من السيطرة على نزيف الجروح المصاحبة للكسر لا ينصح بغسلها أو فحصها ولكن تغطى بضمادة معقمة.
4. لا يحرك المصاب بإصابات العمود الفقري وإذا لزم الأمر يتم ذلك بمساعدة ثلاثة أو أربعة أشخاص.

5. لا تحاول إعادة العظم المكسور إلى وضعه الطبيعي.

6. يستخدم الثلج للحد من النزيف الداخلي والورم والآلام يوضع لمدة 20 دقيقة أخرى إذا تطلب الأمر وهكذا .

7. لتدعيم الكسر تستخدم وسادة أو جبيرة .

8. عدم إحكام الجبيرة على الجزء المصاب والتأكد من عدم ضغطها على تدفق الدم .

9. تستخدم كمادات باردة للكدمات

10. مراقبة العلامات الحيوية.(2، 3)

FIRST AID

الحروق

تعريف الحرق

هو الاذى الحاصل في الجسم لدى تعرضه تعرضا مباشرلمصدر حراري او لماده او سائل لهما خاصية كيماوية كاوية للانسجة

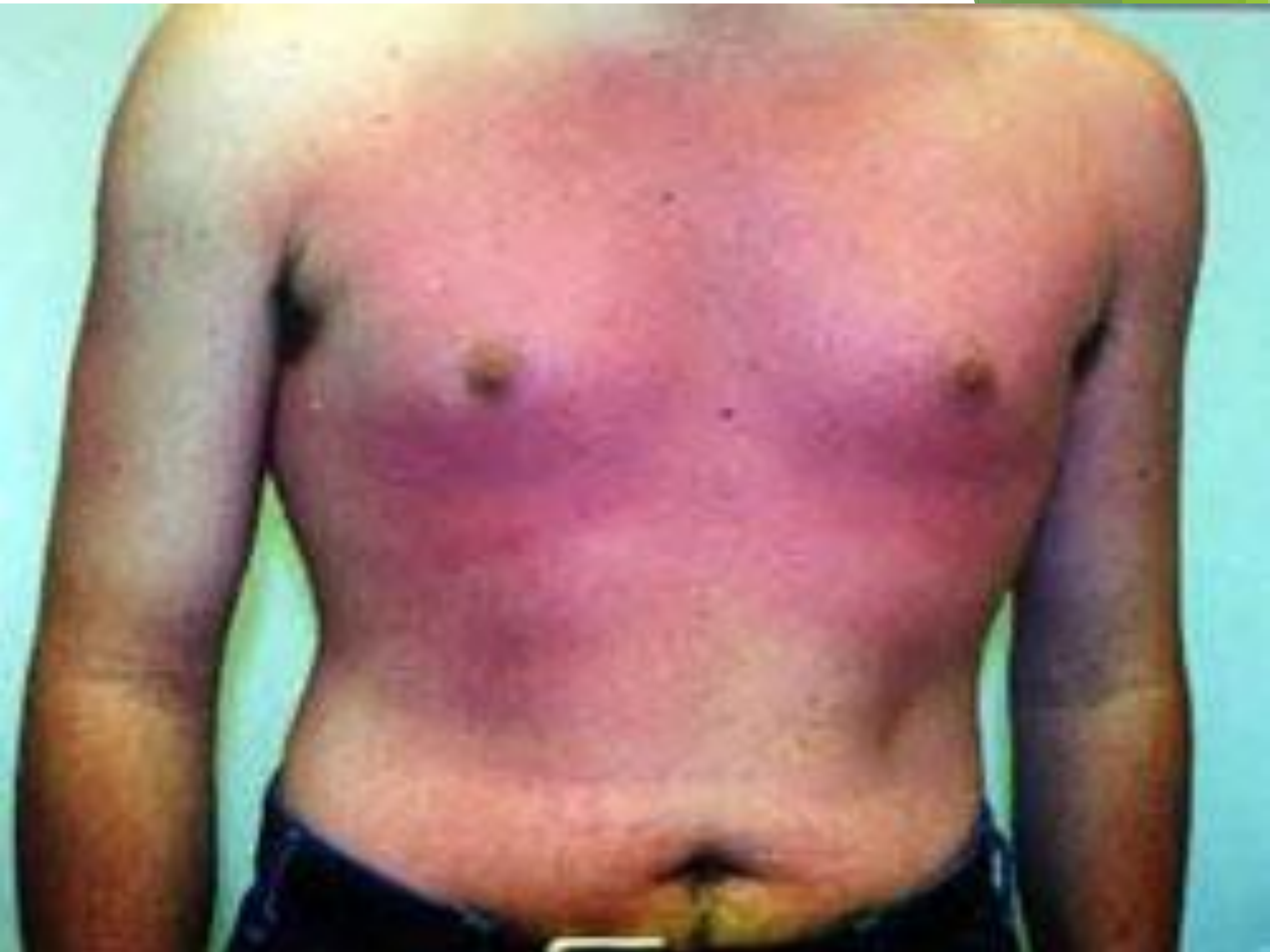
درجات الحروق

الدرجة الاولى

تتميز هذه الدرجة بوجود احمرار فى المنطقة المريض بالألم وعدم وجود فقاعات المصابة وشعور ويشعر المصاب بارتفاع فى درجة الحرارة وصداع ويحدث الشفاء خلال ٧ ايام ولا يحدث فى الغالب أى تغير فيزيولوجي للجلد

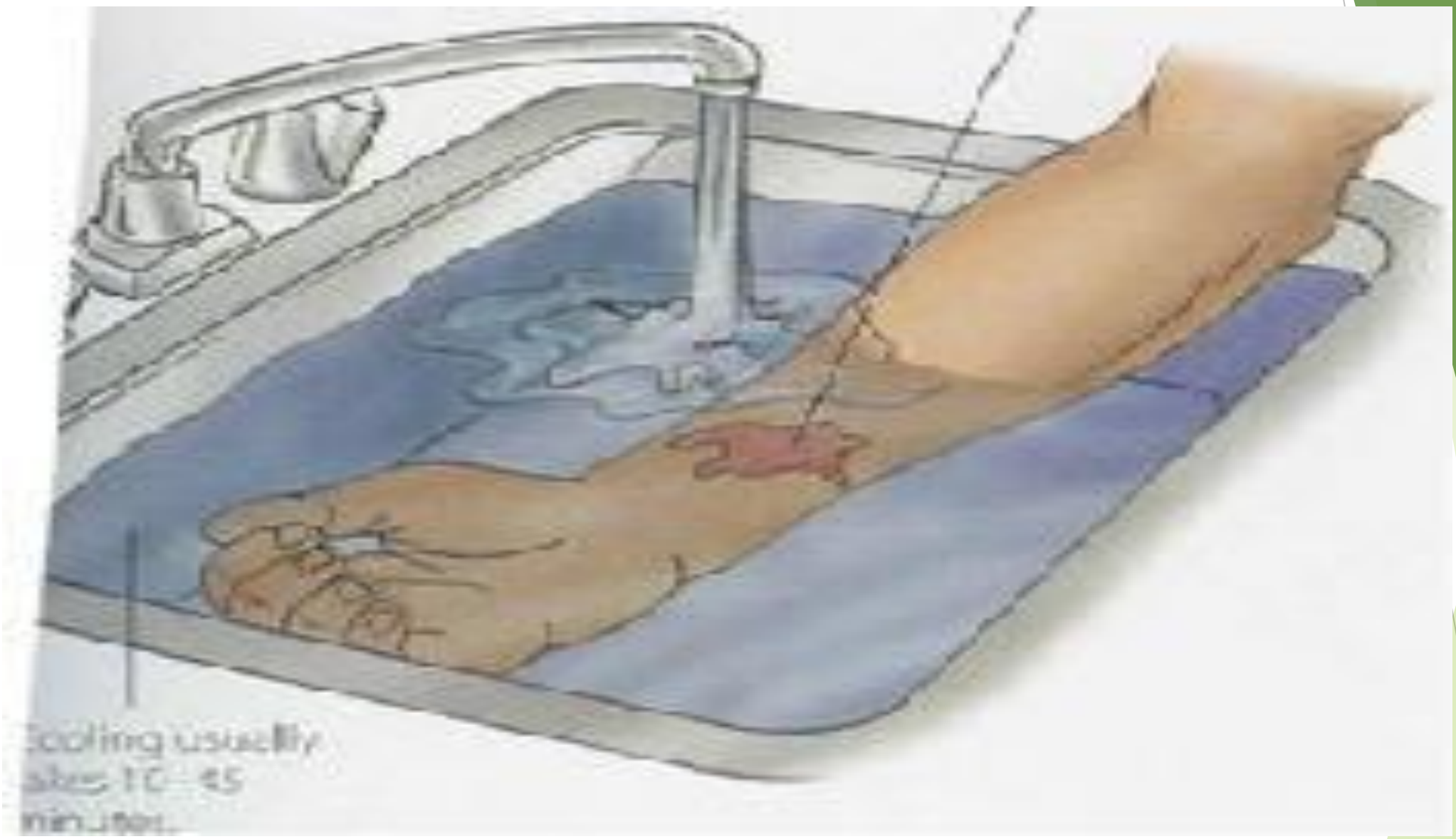
أسباب حروق الدرجة الاولى

- التعرض اكثر من اللازم للشمس
- ملامسة بسيطة لوعاء ساخن او انسكاب ماء ساخن او تعرض الجلد لبخار ماء أو قليل من المواد الكيماوية



الإسعافات الأولية للحروق البسيطة

- انقل المصاب بسرعة بعيدًا عن الحريق.
- انزع الساعة أو أى مصوغات أو حُلِىّ.
- اغمس الجزء المحترق فى ماء بارد لمدة 10دقائق أو لحين اختفاء الألم.
- ضع غيارًا نظيفًا فوق الجزء المحترق.



الدرجة الثانية

تتميز هذه المرحلة بما يسمى الفقاعات وتحدث تغيرات فيزيولوجية تؤدى الى تكوين طبقة جديدة من الجلد ويحدث الشفاء فى خلال ٢-٣اسابيع.

الدرجة الثانية

- من السهولة الاصابة بالعدوى ويكون الحرق اعمق
- التعرض للهب -ماء او سائل اسبابه:

ساخن- ملامسة جازولين محترق- ملامسة مواد كيماوية، التعرض الطويل لأشعة الشمس.

حرق من الدرجة الثانية

اسعافات حروق الدرجه الثانية

وضع الجزء المصاب على ماء جاري. إذا كانت مساحة الحرق صغيره نعاملها كحروق الدرجة الأولى، أما المساحات الواسعة فترسل للمستشفى.

الدرجة الثالثة

حيث تصاب فيه جميع طبقات الجلد والطبقات تحت الجلد وقد تشمل الحروق الأنسجة العضلية والعصبية والعظام.

حرق من الدرجة الثالثة

حرق من الدرجة الثالثة

Arm with third degree burn from high-voltage line.

الدرجة مميزات حروق الثالثة

- تلتئم ببطء
- غير مؤلمه
- مشوهة
- معرضه للالتهابات

الإسعافات الأولية لحروق الدرجة الثالثة

1. قم بفتح المجرى الهوائى وتأمين التنفس.
2. اذا كان الحرق في الرأس يوضع المريض في وضعية الاستلقاء مع رفع الرأس ومنطقة الصدر.
3. لا تنزع الملابس الملتصقة بالجزء المحترق
4. تهدئة المصاب
5. منع تلوث الحرق وذلك بتطهيره وتنظيفه ثم تغطيته بغيار معقم.

1. منع حدوث الصدمة بتزويد المريض بالسوائل والأملاح المعدنية.
2. اعطاء المصل المضاد للكزاز
3. اعطاء المضادات الحيوية
4. عدم وضع المراهم والمواد غير الطبية
5. عدم وضع الماء البارد والمثلج على المساحات الكبيره من الحروق

إسعاف الحروق الكيميائية

- الإجراءات الخاصة:
- غسل المادة الكيماوية بسرعة فائقة بكميات كبيرة من المياه لمدة 5 دقائق على الأقل.

حروق الشمس

تنتج عن أشعة الشمس فوق البنفسجية وتكون من الدرجة الأولى والثانية.

الأسباب: - التعرض لأشعة الشمس لفترات طويلة

- التعرض للأشعة فوق البنفسجية للأشخاص الذين يعانون من حساسية لها

- الاستعمال الخاطئ لمصابيح الأشعة فوق البنفسجية.

الإسعاف: - إسعاف حروق الشمس يشبه إسعاف الحروق العادية من الدرجة الأولى والثانية.

علامات تدل على خطورة الحروق

- زيادة مساحة الجزء المحترق عن 20 % للبالغين و 10% للأطفال من مساحة الجسم .
- احتراق الوجه أو الرقبة أو اليدين أو الصدر أو القدمين أو منطقة الأعضاء التناسلية .
- حدوث تدهور فى درجة وعى المصاب .

التسمم

التسمم

دخول مادة سواء كانت صلبة أو سائلة أو غازية إلى الجسم بكمية تحدث خللاً في بعض وظائفه الحيوية، وقد تسبب الوفاة.

طرق الإصابة بالتسمم:

- ابتلاع السم
- استنشاق السم
- حقن السم
- امتصاص السم عن طريق الجلد

أنواع التسمم:

- سموم ذات تأثير موضعي (أحماض - قلويات).
- سموم ذات تأثير عام (فوسفور - زئبق).
- سموم عامة (مخدرات - منومات - سم الثعبان - سم العقرب).
- سموم غذائية ميكروبية أو معدنية (رصاص - نحاسية).

أعراض وعلامات التسمم الغذائي (2 - 48 ساعة):

- إسهال.
- غثيان.
- قيئ.
- مغص حاد.
- إرتفاع درجة الحرارة أحياناً.

أعراض وعلامات التسمم الكيميائي (خلال دقائق):

- ضيق حدقة العين.
- سرعة ضربات القلب وسرعة التنفس.
- صداع وزغللة في الرؤية.
- عرق.
- تشنجات في بعض الأحيان.
- إضافة إلى ما سبق في التسمم الغذائي.

قد توجد دلائل أخرى على ابتلاع مواد كيميائية مثل:

- وجود حروق حول الفم أو على اللسان.
- شم رائحة مواد بترولية من الفم.
- وجود الوعاء المحتوي على المادة السامة مفتوحاً وقد تناثرت محتوياته.

الإسعاف الأولي:

- لا تنتظر ظهور الأعراض واتصل بالإسعاف/ مركز السموم.
- حافظ على بقايا الطعام والشراب والدواء للتعرف على السم.
- اتبع أساسيات الإسعافات الأولية.
- دفع المريض للتقيؤ (حالة بلع السم) ولو بعد 3-4 ساعات.

في حالة تناول المواد الحارقة أوالآكلة، يمكن إعطاء المصاب الواعي كوب إلى كوبين من الحليب أو الماء، مما يقلل التأثير على الاغشية المخاطية المبطنة للجهاز الهضمي.

التشنجات

- التشنجات هي عبارة عن انقباض عضلي غير إرادي. قد يقتصر على انقباضة واحدة أو اكثر تؤثر على مجمل الجسم أو جزء منه.

الإسعاف

- يهدف إسعاف المصاب بالتشنجات إلى منعه من إيذاء نفسه أو منع الآخرين من إيقاع الأذي به ولو عن غير قصد.
  - فك الملابس والأربطة الضيقة
  - عدم إعطاء المنبهات
  - تحديد الوقت الذى استغرق اثناء النوبة
  - نقل المريض للمستشفى أو استدعاء الطبيب